

Рекомендації психолога щодо організації виконання домашнього завдання

Під час виконання домашніх завдань у деяких родинах більшу частину роботи батьки беруть на себе. Вони намагаються відгородити сина чи дочку від напруження сил і від переживань. Величезної шкоди завдають батьки, купуючи різні книжки з готовими домашніми завданнями. Цим вони гальмують розвиток своїх дітей, їхню пізнавальну активність.

Виконання домашніх завдань – це серйозна праця, це напруження пам'яті, волі, уваги, мислення. І дитина повинна пройти через це сама, хоча й за допомоги батьків.

У чому ж полягає ця допомога? В організації робочого місця, у дотриманні режиму дня школяра, у рекомендаціях.



1. Прийшовши зі школи, дитині не варто приступати відразу ж до домашніх завдань. Спочатку слід пообідати, відпочити, побути на свіжому повітрі. Лише через 1-1,5 години можна взятися за науку. Якщо дитина відвідує гурток чи лягає спати вдень, то можна сідати за уроки й пізніше. Але в будь-якому випадку не варто відкладати це на вечір. Починати виконання домашніх завдань бажано кожного разу в той самий час.

2. Розплануйте разом із дитиною послідовність приготування уроків і намагайтесь заздалегідь визначити час, який їй знадобиться для виконання кожного завдання.

3. Краще почати роботу з легкого, з того, що у дитини виходить швидше, яке подобається дитині – це допоможе їй зосередитись і включитися в роботу на емоційному підйомі. Потім – найважче, поки вона ще не втомилася. Творчу роботу (малювання, ліплення, виготовлення дрібних виробів) краще залишити на кінець занять – їх не слід обмежувати в часі.

4. Не слід виконувати спочатку всі усні завдання, а потім всі письмові. Завдання слід чергувати. Починати слід з вивчення правил, законів, а потім виконувати вправи чи розв'язувати задачі.

5. Дайте можливість дитині під час занять трохи відпочити. Для 6-річної дитини час безперервної роботи не повинен перевищувати 15-20 хв, до кінця початкової школи він може сягати 30-40 хв. Робіть 10-хвилинні перерви для відпочинку. Під час перерви можна злегка підкріпитися фруктами, випити кисіль або сік, включити улюблену музику, нехай ваша дитина просто трохи порухається.

6. Підказуйте дитині, як правильно спланувати час для виконання завдань, за що в першу чергу слід взятися. І так поступово ваша дитина буде все рідше вдаватися до допомоги дорослих і почне привчати себе до самостійності.

7. Контролюйте разом з дитиною виконання наміченого плану роботи. Для молодшого віку характерне те, що дитина часто відволікається. Подолати це повинен дорослий. Намагайтесь відокремити ігри від занять, і у дитини з часом сформується умовний рефлекс – робоче місце буде викликати стан мобілізації та працездатності.

8. Дитина повинна вчитися самостійно переборювати труднощі. Однак, якщо на якомусь етапі завдання нездоланно складне – обов'язково допоможіть! Важливо пояснити дитині, що вона завжди може розраховувати на вашу допомогу, і, якщо знадобиться ваша підтримка, ви в будь-який момент зможете залишити свої домашні турботи і допомогти їй в навчанні.

9. Дитині потрібно обов'язково мати своє робоче місце для занять. Якщо немає можливості користуватися цілою кімнатою, то тоді підійде і її частина. Головне - ізолювати цей куточок і облаштувати зручними меблями, які б підходили по зросту дитини. Перевірте, чи правильно організоване робоче місце дитини. Кухня не є тим місцем, де вашій дитині зручно буде робити уроки, якщо до того ж у цей момент ви будете займатися приготуванням вечері і переглядом телевізора. Такою «участю» можна тільки нашкодити дитині, тому що буде відволікатися її увага.

10. Освітлення організовуйте ліворуч, а якщо дитина лівша, то – праворуч. Вимкніть телевізор і комп'ютер - цей головний «помічник» у відволіканні уваги.

11. Формуйте звичку доводити розпочату справу до кінця. Виконання домашнього завдання – в першу чергу, а тільки потім – розваги та інші справи.

12. Хваліть дитину за своєчасно та якісно виконане домашнє завдання.

13. Емоційно підтримуйте дитину. Завдання дорослого - «бути поруч», разом із дитиною радіти її здобуткам і хвилюватись через невдачі та труднощі.

14. Не давайте дитині додаткових домашніх завдань і не примушуйте переписувати погано виконану класну роботу. Це відбиває бажання займатися, позбавляє віри в свої сили.

15. Поступово знижуйте ступінь контролю. Пряму участь і виконання уроків можна буде замінити своєю присутністю. Потім – сидіти поруч з дитиною не протягом виконання нею всього домашнього завдання, а тільки перші кілька хвилин, підходячи до неї на деякий час. До закінчення початкової школи дитина повинна навчитися виконувати домашні завдання самостійно, показуючи батькам тільки готовий результат.

Якщо регулярно дотримуватися цих правил, то діти звикають до обов'язку «вчити уроки», а в школі почуваються спокійно й упевнено.

Золоте правило

для виконання домашніх завдань учнями

«Необхідно перетворити виконання домашніх завдань на щоденний ритуал, що відбувається в певну годину, в одному і тому ж місці. Такі рамки допомагають упорядкувати процес навчання. Кращий час для виконання домашніх завдань – з 15 до 18 годин»

доктор біологічних наук Мар'яна Безруких

Що робити, якщо вже пізно, а дитина ще чогось не зробила?
Сьогодні – нічого: ви цього просто не встигли. А ось тривалість занять

може бути різною: у кожної дитини свій ритм, різним буває і об'єм завдань.

Чи потрібний дорослий? Так, для дітей до 5 класу, тому що без присутності батьків дітям ще важко організувати свою роботу. Їм потрібно декілька років, щоб навчитися самостійно працювати і управляти своїм розкладом. Залишаючись із завданнями один на один, дитина ризикує «застрягти» на одній вправі, півгодини перечитувати умову завдання, не рухаючись далі.

Скільки треба допомагати? Коли батьки поруч, дитині може здатися, що вони повністю в її розпорядженні. Їй необхідно знати, що дорослі є присутніми не для того, щоб за неї робити уроки.

Де? Для домашньої роботи школяру потрібний власний стіл і стілець, що відповідають його зросту.

Коли? Потрібний строгий режим навчання і відпочинку. Багато батьків «підлаштовують» дитину під свій графік. У результаті дитина приступає до уроків не в період максимальної працездатності, а коли вже немає сил і важко зосередитися.

Як навчити дитину успішно виконувати домашнє завдання

Як допомогти дитині не просто виконати сьогоднішнє домашнє завдання, але й навчити її обходитися без нашої допомоги? Комуś з дітей вистачить тижня-другого, комуś – декілька місяців або ще більше. Але у будь-якому випадку в цьому процесі буде декілька етапів.

Перший етап. Ви якомога більше завдань виконуєте разом із дитиною. Прагнете зрозуміти, яких знань, навичок їй не вистачає,

з'ясувати, чи немає у неї неправильних способів виконання, звичок у роботі. Допомагаєте позбутися недоліків і неправильних способів дії.

Другий етап. Частину роботи дитина виконує сама. Але ви повинні бути впевнені, що з цією частиною роботи вона впорається. Швидше за все спочатку це буде невелика частина, але дитині необхідне відчуття успіху. Оцініть з нею результат після кожної самотійно та успішно виконаної частини ставте будь-який значок, наприклад, знак оклику або задоволене личко. Через якийсь час ви переконаєтеся разом з дитиною, що правильно зроблена частина збільшується щодня. У разі невдачі спокійно розберіться, що є перешкодою. Навчіть дитину звертатися по допомогу у разі виникнення конкретних питань. Головним на цьому етапі має бути усвідомлення дитиною, що вона може працювати самотійно і впоратися зі своїми труднощами.

Третій етап. Поступово самотійна робота розширюється до того, що дитина сама виконує всі уроки. Ваша підтримка на цьому етапі швидше психологічна. Ви знаходитеся неподалік, займаєтеся своїми справами. Але готові прийти на допомогу, якщо виникне потреба. Перевіряєте зроблене. Сенс цього етапу у тому, аби дитина переконалася, що вона вже дуже багато може зробити сама, але ви її завжди підтримаєте.

Четвертий етап. Дитина працює самотійно. Вона вже знає, скільки часу піде на те або інше завдання, і контролює себе за допомогою годинника, звичайного або пісочного. Ви в цей час можете бути відсутні удома або знаходитися в іншій кімнаті. Сенс цього етапу в тому, що дитина прагне подолати всі труднощі самотужки. Відкладати до вашої появи можна тільки найважче. Ви перевіряєте зроблене. Це необхідно, поки остаточно не виробиться навичка самотійної роботи.